



## Berichten voor op facebook

Onderstaande berichten kun je gebruiken om aandacht te vragen voor de campagne van de NVFL en de website [fysiotherapieenkanker.nl](http://www.fysiotherapieenkanker.nl). Gebruik daarbij 1 van de campagnefoto's te vinden aan de rechterzijde onder het kopje Toolkit. Of maak een eigen bericht waarin je vermeldt wat jij kan betekenen voor de patiënten met kanker en/of oedeem

Titel: Val niet stil als je kanker hebt. Blijf bewegen

Drie patiënten met kanker vertellen hun indringende verhaal op de campagnewebsite van de NVFL. Ze hebben baat bij de behandeling door een gespecialiseerde fysiotherapeut tijdens hun genezingsproces. Het maakt ze weerbaarder, vermindert hun pijn en vermoeidheid en verbetert hun conditie. Fysiotherapie bij kanker is wetenschappelijk bewezen effectief. Met deze campagne roept de NVFL zowel patiënten als medisch specialisten op van die kennis en ervaring gebruik te maken. Kijk op [www.fysiotherapieenkanker.nl](http://www.fysiotherapieenkanker.nl)

---

Titel: Val niet stil als je kanker hebt. Blijf bewegen.

Blijven bewegen op het moment dat je geconfronteerd wordt met kanker is ontzettend belangrijk. Steeds meer onderzoek wijst op de positieve effecten hiervan. De medische behandelingen worden beter doorstaan, men ervaart minder vermoeidheid en misselijkheid en is weer sneller in conditie. Met de campagne **-Val niet stil als je kanker hebt. Blijf bewegen.-** vragen we aandacht voor het belang van bewegen en willen we zowel patiënten, huisartsen en specialisten informeren over de mogelijkheden van fysiotherapie. Kijk voor meer informatie op <http://www.fysiotherapieenkanker.nl/>

---

Titel: Val niet stil als je kanker hebt. Blijf bewegen

Daar sta je dan. Alles valt stil. De wereld om je heen gaat door, alsof er niets aan de hand is. Kanker is schrikken. Het doet niet alleen iets met je lijf. Het grijpt je ziel. Brengt je totaal uit balans. Bewegen is op dat moment niet het eerste waar aan je denkt. Toch is het heel belangrijk. Om de medische behandelingen beter te doorstaan en daarna weer sneller te herstellen. Kijk voor meer informatie of een gespecialiseerde fysiotherapeut bij u in de buurt op <http://www.fysiotherapieenkanker.nl/>

---

Titel: Val niet stil als je kanker hebt. Blijf bewegen

Jaarlijks krijgen meer dan 100.000 mensen de diagnose kanker. De kanker en de medische behandelingen vormen vaak een zware belasting. Zowel fysiek als mentaal. Je valt stil, terwijl iedereen om je heen gaat door. In deze zware periode is het belangrijk dat je blijft bewegen. Om beter de medische behandelingen te doorstaan en weer sneller te herstellen. Een gespecialiseerde oncologie- of oedeemfysiotherapeut kan je daarbij ondersteunen. Kijk voor meer informatie of een gespecialiseerde fysiotherapeut bij u in de buurt op <http://www.fysiotherapieenkanker.nl>



## Plaatsen campagnefilm op facebook

Maak gebruik van onderstaand stappenplan of bekijk de instructievideo op Youtube voor het plaatsen van de campagnefilm op Facebook

Instructievideo: <https://www.youtube.com/watch?v=27jKsrrx8T8>

### Stappenplan

1. Log in op het profiel waaraan het zakelijke profiel gekoppeld staat. (dit is in 90% van de gevallen een vriendenprofiel/persoonlijk profiel)
2. Ga naar de zakelijke pagina
3. Klik op het witte vlak met 'Schrijf iets' en klik vervolgens op het fototoestel.
4. Klik dubbel op het filmpje dat geplaatst dient te worden of selecteer het filmpje en klik op openen. *Facebook zal nu het filmpje uploaden, dat wat tijd in beslag gaat nemen. Je ziet een blauwe balk oplopen tot de 100%*
5. Plak de tekst in het vak waar staat 'Zeg iets over deze video..'
6. Voeg de videotitel toe bij 'Videotitel'
7. Klik vervolgens op het pijltje rechts van 'Publiceren' en kies voor 'bericht plannen'.
8. Kies vervolgens de juiste datum en de tijd. Tijd altijd om 19.00 uur!
9. Klik op plannen

Het filmpje is nu ingepland voor de juiste datum + tijd en zal ook op deze datum en tijdstip online op de pagina gepubliceerd worden. Hier hoeft je verder niets meer aan te doen. Je kunt het filmpje (wacht even totdat het filmpje geupload is) nog bekijken via de optie 'Publicatietools' en vervolgens klikken op 'Ingeplande berichten'.

**Let op: De campagnefilms om te delen vind je op youtube door te zoeken op Val niet stil als je kanker hebt**



## Berichten voor op Twitter

Vraag ook op Twitter aandacht voor het belang van bewegen bij kanker. Gebruik een van onderstaande tweets of maak je eigen persoonlijke tekst met bijvoorbeeld koppeling naar je praktijk

*Campagne NVFL bepleit meer bewegen patiënten met kanker onder begeleiding gespecialiseerde fysiotherapeuten. Kijk op [www.fysiotherapieenkanker.nl](http://www.fysiotherapieenkanker.nl)*

*Val niet stil bij kanker. Vraag begeleiding van een gespecialiseerde fysiotherapeut om behandelingen beter te doorstaan. [www.fysiotherapieenkanker.nl](http://www.fysiotherapieenkanker.nl)*

*Begeleiding door gespecialiseerde fysiotherapeut bij behandeling van kanker bewezen effectief. Kijk op [www.fysiotherapieenkanker.nl](http://www.fysiotherapieenkanker.nl)*

*Val niet stil bij kanker. Campagne NVFL bepleit begeleiding patiënten met kanker door gespecialiseerde fysiotherapeut. Kijk op [www.fysiotherapieenkanker.nl](http://www.fysiotherapieenkanker.nl)*